

Утверждено  
Руководитель СПДС "Аленушка"  
Л.А. Сборнова

Меню на 11.10.2024 г.  
Возрастная категория от 1,5 до 7 лет

№ рец-ры	Наименование блюда	Химический состав/Ясли					Химический состав/Сад				
		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	Ккал	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>											
168	Каша геркулесовая молочная	150	6,6	7,8	24,1	193,8	200	7,7	9,6	27	226,9
395	Кофе напиток с молоком	150	3,15	2,49	15,56	92,15	200	4,2	3,32	20,74	122,87
1	Батон с маслом	30/4	4,63	14,29	27,69	174,39	30/5	4,77	14,71	28,5	179,52
	<b>Итого:</b>		<b>14,38</b>	<b>24,58</b>	<b>67,35</b>	<b>460,34</b>		<b>16,67</b>	<b>27,63</b>	<b>76,24</b>	<b>529,29</b>
2-ой завтрак											
64	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46	130	0,65	0,13	13,13	59,8
<b>Обед</b>											
7	Салат из отварной свеклы с сол.огурцом	30	0,7	2	3,8	37,3	40	0,9	2,1	4,8	42,5
40	Суп сборно-овощной со смет	150	3	4,8	15,03	199	200	4	6,4	20,04	202
637	Котлета мясная с картофельным пюре	150	19,2	12,1	17,3	258	200	20,2	12,1	25,6	297,7
241	Компот из с/ф	150	0,22	0,006	18,21	69,96	200	0,29	0,008	24,29	93,28
122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	30	2,28	0,24	14,76	70,5
123	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	50	3,3	0,6	16,7	87
	<b>Итого:</b>		<b>27,28</b>	<b>19,546</b>	<b>77,54</b>	<b>680,86</b>		<b>30,97</b>	<b>21,448</b>	<b>106,19</b>	<b>792,98</b>
<b>"Уплотненный" полдник</b>											
172/51	Суфле рыбное с рисовым гарниром	80/80	11,14	4,58	14,48	302,63	90/100	13,79	5,19	17,23	342,88
51	Икра кабачковая	30	0,36	1,4	2,31	23,4	30	0,36	1,4	2,31	23,4
152	Чай с сахаром	150	0,05	0,015	8,33	3,33	200	0,07	0,02	11,1	12
122	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	20	1,52	0,16	9,84	47
	<b>Итого:</b>		<b>12,31</b>	<b>6,075</b>	<b>30,04</b>	<b>352,86</b>		<b>15,74</b>	<b>6,77</b>	<b>40,48</b>	<b>425,28</b>
	<b>Всего:</b>		<b>53,97</b>	<b>50,201</b>	<b>174,93</b>	<b>1494,06</b>		<b>63,38</b>	<b>55,98</b>	<b>236,04</b>	<b>1 807,35</b>

Продукты не содержат ГМО